

上野原市老人クラブ連合会会誌

むろがや

第37号

令和2年
3月31日発行



幸せの使者こうのとり 桂川にて

島田桂生会 行田敏雄

巻頭言

上野原市老人クラブ連合会 会長 市川 武士

私は令和元年五月十日上野原市老人クラブ連合会総会において会長を拝命いたしました。会員の皆様のご協力を頂きながら、精一杯役職を務めさせて頂きます。どうぞ宜しくお願いいたします。

さて、今年は異常気象が続く今日この頃ですが、会員の皆様におかれましてはお健やかに毎日をお過ごしのことと思います。八月二十五日上野原市総合防災訓練がありました。「防災・医療・イザガイド」保存版が配布されました。読んでいるうちにあまり自分は防災について「自分だけは大丈夫」「いざとなったらなんとかなる。」会員の皆さんもそんな軽い気持ちでいませんか。自分のことは自分で守り、救助される人でなく、救助する人になるように行動したいものですね。自分の家の中の安全対策はどうですか。まず家具を安全に配置することについて、寝室に家具を置く場合は体の上に倒れてこないように配置する。家具の転倒や落下を防止する処置をとる。家具と壁に空間を作らない。L字型金具を利用して家具などを転倒や落下を防止する。いざという時の避難路を確保するために廊下や出入り口に物を置かない。野外の安全対策としては、屋根瓦にひび割れ、ずれ、はがれがあれば補修する。植木鉢は落下しないよう低い位置に置く。ブロック塀のひび割れや傾きを修理する。風水害は、情報や天気予報を気にかけて注意する。台風の接近が予測され時には早め早めの準備をしましょう。集中豪雨時には、少しでも異常や危険を感じたら迷わず避難するようにしましょう。このような震災・風水災害は、近いうちに私達の地域にも必ず来ると考え、それなりの備え・対策をしておきましょう。終わりに、このたび「むろがや第三十七号」の編集にあたり多くの皆様から貴重な原稿をお寄せいただいたことに心より感謝を申し上げます。

巻頭言	上野原市老人クラブ連合会	会長	市川 武士	1
-----	--------------	----	-------	---

老人憲章	長寿やまなし県民憲章			4
------	------------	--	--	---

令和元年度上野原市老人クラブ連合会単位クラブ会長・女性委員名簿				5
---------------------------------	--	--	--	---

令和元年度上野原市老人クラブ連合会事業報告				6
-----------------------	--	--	--	---

活動報告

連合会グラウンド・ゴルフ教室と私	島田 桂生会	市川 武士	7
研修会へ参加して	甲東きずな会	牧野 伸吾	8
グラウンド・ゴルフの練習	甲東きずな会	和智 千代子	9

対談

農事茫茫(四)	塚場 長寿会	諸角 弘	9
---------	--------	------	---

随筆

ふれあいウォーキング大好き!	島田 桂生会	碓井 恆夫	11
人生一〇〇年時代を考える	島田 桂生会	檜山 長子	13
電動自転車の民生委員	島田 桂生会	井本 克二	14
水泳と私	コモアシニアクラブ	田中 醇治	16
自転車	小沢 寿会	石川 康夫	17
シルクロードの旅(追想)	小沢 寿会	森川 耀雄(明雄)	18
『手話は、言語』	にしばら 錦会	横瀬 礼子	19
令和元年の一こま	田町 寿クラブ	水越 礼久	20
原発をどのように終息させるか	新二 鶴寿会	渡辺 敦雄(元東芝原子力技術者)	21
「森林子育て」	西原 なかよし会	長田 助成	22
家族みんなで、五・七・五	沢松 親和会	市川 幸子	24
彼岸花のネックレス	大目 豊明会	高野 孝子	25
令和を迎える桜	大目 豊明会	高野 孝子	26

研究

五千円札の裏面	コモアシニアクラブ	中沢 敦	26
---------	-----------	------	----

— 3 —

老人憲章

- 一、すべての老人は、晩年を健康で、平和な生活が保障され道義的、経済的条件が満たされなければならない。
- 一、すべての老人は、常に修養を怠らず、新時代に適応する老人道を打立てなければならない。
- 一、すべての老人は、自己の生活設計をたて、その能力に応じた奉仕活動を続けなければならない。
- 一、すべての老人は、敬愛される寛容な態度をもって、家族隣人との融和を図らなければならない。
- 一、すべての老人は、相互に慰めあい、励ましあい、楽しい日常生活をおくることを心がけねばならない。

昭和四十四年九月十六日

社団法人 全国老人クラブ連合会制定

ともに生きともに支える

長寿やまなし県民憲章

明るく活力ある「長寿やまなし」を築くため わたくしたちは

- 一、心身の健康づくりにつとめます
- 一、生涯にわたり学習にはげみます
- 一、あたたかい家庭をつくります
- 一、持てる力を社会のためにいかします
- 一、豊かな文化の創造につとめます
- 一、自然を愛し、やすらぎのあるふるさとをつくります

令和元年度 上野原市老人クラブ連合会

単位クラブ会長・女性委員名簿

上野原市老人クラブ連合会単位クラブ会長

NO	クラブ名	氏 名
1	大目豊明会	岡部 正子
2	甲東きずな会	牧野 伸吾
3	コモアシニアクラブ	松本 喜久雄
4	沢松親和会	大神田 勲
5	四方津シニアクラブ	岡本 房雄
6	大鶴老人クラブ鶴寿会	山口 公正
7	島田桂生会	市川 武士
8	桐原明老会	白鳥 秋子
9	西原なかよし会	須森 英一
10	秋山高齢者クラブ	杉本 茂
11	諏訪悠々会	佐藤 通則
12	塚場長寿会	古家 保
13	新一青老会	石塚 英一
14	新二鶴友会	清水 幹夫
15	新三すこやか会	杉本 公司
16	本一寿楽会	細田 和幸
17	本二亀寿の会	江口 忠勝
18	本三ほがらか会	山崎 悠
19	原明朗会	長坂 幸夫
20	新田倉同心会	佐藤 勇
21	田町寿クラブ	加藤 昭夫
22	小沢寿会	加藤 欽弥
23	にしばら錦会	横瀬 礼子
24	新井陽亀会	尾形伸太郎
25	向風八幡会	石井 光雄
26	八米泉会	山崎 宣子
27	あさひが丘老人クラブ	山下 仁
28	山風呂老人会	佐藤 好文

上野原市老人クラブ連合会女性委員

NO	クラブ名	氏 名
1	大目豊明会	安藤 佑子
2	甲東きずな会	山本 幸子
3	コモアシニアクラブ	今 友子
4	沢松親和会	市川 幸子
5	島田桂生会	吉村チヨ子
6	桐原明老会	土屋 絹子
7	西原なかよし会	長田 鉄子
8	秋山高齢者クラブ	志村 なみ子
9		原田 英子
10	諏訪悠々会	金子 節子
11	新一青老会	東山佳津子
12	新二鶴友会	大竹 笑子
13	本一寿楽会	宮下小枝子
14	本二亀寿の会	田中 松江
15	本三ほがらか会	杉本 文江
16	原明朗会	長坂 裕子
17	田町寿クラブ	鈴木 香
18	にしばら錦会	横瀬 芙佐子
19	新井陽亀会	水越 茂子
20	向風八幡会	大森 悦子
21	八米泉会	山崎 ナツ子
22	あさひが丘老人クラブ	杉本 富子

令和元年度 上野原市老人クラブ連合会事業報告

月	日	事業名	会場	備考
---	---	-----	----	----

平成31年

4月	8日(月)	会計監査	市総合福祉センターふじみ	監事2名
	25日(木)	理事会	市総合福祉センターふじみ	単位クラブ代表11名出席

令和元年

5月	10日(金)	総会	市総合福祉センターふじみ	単位クラブ代表20名出席
	25日(土)	太陽のつどい	上野原中学校	
6月	7日(金)～9日(日)	山梨県シルバー作品展	山梨県防災新館	福地秀樹(洋画) 努力賞 秦伸一郎(写真) 努力賞 森田榮治(洋画)、菊池和夫(写真)、田中嘉代(書)
	27日(木)	第4回上野原市グラウンド・ゴルフ大会	桂川野球場	17チーム・102名参加 優勝: 島田桂生会 A 準優勝: コモア A 第3位: 島田桂生会 B
7月	1日(月)	富士の国シニア山梨だより 夏号発行		
	23日(火)	上野原市・小菅村・丹波山村交流ゲートボール大会	小菅村第1スポーツ公園	上野原市より2チーム・13名参加
8月	7日(水)	むろがや編集委員会	市総合福祉センターふじみ	むろがや編集委員 6名出席
9月	2日(月)	女性委員会	市総合福祉センターふじみ	15名出席
	5日(木)	県老人福祉大会・高齢者友愛実践活動研修会	甲府市総合市民会館	7名出席・岡本房雄さん(四方津シニアクラブ) 県老連・育成功労表彰、石塚英一さん(新一青老会) 県老連退任役員感謝状
	20日(金)	健康づくりリーダー研修会	大月市総合福祉センター	女性委員5名出席
	28日(土)	いきいき山梨ねんりんピック2019 県老連市町村対抗囲碁大会	小瀬スポーツ公園 小瀬スポーツ公園武道館	総勢:15名参加
10月	1日(火)	富士の国シニア山梨だより 秋号発行		
	24日(木)	上野原市・小菅村・丹波山村交流グラウンド・ゴルフ大会	桂川野球場	21チーム・個人9名(135名) 参加 優勝: コモア A 準優勝: 島田桂生会 A 第3位: コモア C
	30日(水)	県老連グラウンド・ゴルフ大会	小瀬スポーツ公園山梨中銀スタジアム	出場チーム: 島田桂生会 A、団体9位、個人賞市川武士さん第2位
11月	6日(水)	市老連役員研修	新江ノ島水族館他	22名参加
	20日(水)	むろがや編集委員会	市総合福祉センターふじみ	むろがや編集委員5名出席
	28日(木)	市町村老連女性リーダー研修会	甲府市総合市民会館	5名参加

令和2年

1月	15日(水)	富士の国シニア山梨だより 新春号発行		
		市老連表彰審査会	市総合福祉センターふじみ	
	22日(水)	市町村対抗囲碁大会	県立青少年ホーム	2チーム(10名) 参加
	23日(木)	むろがや編集委員会	市総合福祉センターふじみ	むろがや編集委員6名出席
2月	15日(土)	市社会福祉大会(市老連会長表彰)	市もみじホール1階多目的ホール	表彰者40名・1団体
	19日(水)～21日(金)	東部地域高齢者作品展	大月市総合福祉センター	26作品出品
	25日(火)	むろがや編集委員会	市総合福祉センターふじみ	むろがや編集委員9名出席
3月	31日(火)	会誌 むろがや 第37号発行	発行部数1,900冊	

「生きがいつくり事業」

☆グラウンド・ゴルフ教室 … 全12回(6月・7月・9月・10月の木曜日各月2回)、会場: 桂川野球場

活動報告

連合会グラウンド・ゴルフ教室と私

島田桂生会 市川武士

この教室は仲間と共に体を動かすを通じ、楽しみながら健康づくりと会員相互の交流を深め、健康で充実した生活を送るための、きつかけづくりを目的に実施されます。

私は令和一年五月に連合会の会長を仰せつかりまして、すぐに六月には連合会の事業計画のグラウンド・ゴルフ教室が組まれており非常に悩みました。どうしたらみんなをまとめていけるのか不安でしたが会長を受けた以上なんとか事業計画を成功させたいと思い取り組みました。グラウンド・ゴルフ教室は副会長の時に何度か経験をしておりますが、会長となると責任が重いような気がして成りませんでした。自分一人で考えていてもしょうがないのでグラウンド・ゴルフの経験の多いコモアシニアクラブ、秋山高齢者クラブの会長に色々とお話を聞き、開催時期、運営方法などを決めました。開催時期は六月二十日から十月十七日迄とし十二回、毎週木曜日に開催し、八月は猛暑のため休む事にしました。運営については、全てにおいて参加者が自分達で行うことを決め、各地区会長にお願いし参加者を募集したところ、グラウンド・ゴルフ教室に参加希望者は九十六名と大勢に成りました。当日の受付、コースの設定等については地区ごとに役割を決めて、最後まで責任を持って実行してもらうように話し了承を得ました。

役割を担当する地区の皆さんが真剣に取り組んでいたので準備がスムーズに出来ました。当時は受付担当地区の皆さんもテーブルを使い手際よく受付をしていました。コース設定を担当する地区の皆さんは広い野球場芝生の部分にA、Bコースを作りました。全ての準備ができスコアカードに個人個人が記入すると同じ地区同士がまとまり交流が出来ないので、今年に変更し地区の責任者がスコアカードに記入するようにしました。毎回違うメンバーと組むことによりいろいろな勉強になると思います。準備が整い会長の挨拶より始まり、グラウンド・ゴルフ協会の方から日本グラウンド・ゴルフ協会のルールを説明されました。いよいよ始まります。クラブとボールを持って各ホールに足を運んでいました。グラウンドが広いため自分のスタート位置のホールが見つからない一幕もありました。全員ホールに揃いホイッスルを合図に一番の人がボールを打ちますと、芝の上でするので気持ちよくボールが打てるようでした。何時ものコースとは違い思うようにボールが飛ばないので苦戦していましたが芝生に慣れるに従いみんなボールが飛ばうように成り楽しそうでした。



た。回を重ねることに皆さんスコアーが良くなると自然と話がグラウンド・ゴルフのルールやマナーについても色々と話しているようでした。ゲームを重ねるごとに皆さん明るく笑顔でお話が出来るように成りました。このグラウンド・ゴルフ教室を通じて大勢の仲間が出来ました。名前とお顔が一致しないのが残念ですが姿を見ると安心します。これからもグラウンド・ゴルフを通じて仲間になつて下さい。お願いします。



研修会へ参加して

甲東きずな会 牧野伸吾

11月6日老人会の研修旅行に初めて参加した。朝8時20分、総合福祉センターふじみ集合。乗り心地の良いバスで出発、天気も良く、心は弾む。

圏央道を南下。水族館↓江の島↓鶴岡八幡宮の道順。



水族館のイメージは、全く違った、少数の生物、一種類の生物を多く展示、目の前で良く見え生物の様子が良く観察できる。別の展示は、驚きであった。

縦横10m以上ある、ガラス張りの水槽何種類もの大小の魚その他生物、魚はゆったりと泳ぎ海の中の様子が良くわかる。

しかし、係員の話だと魚その他の生物も腹がすくと大きな魚は、小魚や他の生物を攻撃し食べてしまう。目の前で「食の循環が見える時がある。」自然界の成立が観察できるという係員の話に感動した。



グラウンド・ゴルフの練習

甲東きずな会 和智 千代子

午後の陽射しはまだまだ強いが、いつもの人達が集まってるのグラウンド・ゴルフだ。一番ホールは遙か遠い、力一ぱい思い切り打ったつもりでも思う程飛ばない。二番ホールはそれ程遠くないからホールを目ざして、そんな事を云いつつ楽しんでる。家にいたらまだまだ暑くて何も出来ない様な日でも、ここに来ると自然と足や体が動いて仲間と話しながら、笑ったりして楽しいし体を動かし汗をかいたりするので、健康にもいいからずっと続けていきたいらいいなと思ってる。ある友達は何歩計をつけてゲームをしているのできつといい結果になっていると思う。これからも健康的にも良いので、是非参加していこうと思っています。今後は月に数回は練習していこうと役員さんから、話がありそれもいいかと今から楽しみにしています。家にいると運動などせずに過ごしてしまうがグラウンド・ゴルフに出合って、仲間と誘い合って数時間を過せるのは大変良い事なので、これからも練習がある日は是非参加していこうと思っています。役員さんは大変でしょうが、みんな協力し合って是非続けていけたらと思っています。



対談

農事 茫 茫(四)

塚場長寿会 諸角 弘

八月のある夕暮れどき、にわかに雲が広がってきました。私が畑で水やりをしておりますと、旧藤野町の宮崎さんが買い物の帰りに立ち寄り、いつとき、百姓話の雑談となりました。

宮崎 里芋に水やりですか。精が出ますね。

私 梅雨が明けてしばらくしましたので、里芋の顔色を見てぼつぼつ水やりをした方が良くのかなと思いはじめました。葉が黄ばんだり縮んだりしたら手遅れです。里芋の茎は水を含んだスポンジみたいで、いかにも水欲しそうですからね。

宮崎 今年の梅雨は文字どおりの雨期で、学校が夏休みに入ってもまだ梅雨が明けない。長期間、よく湿りましたよ。

私 ことは三年に一度の花菖蒲の株分けをしたり、アスターの植え付けをしたりしましたが、ちようどうまい具合に雨が降ってくれましたので、水やりは一切しませんでした。こんなことは初めての経験です。花菖蒲もアスターもしっかり活着して問題ありませんが、里芋はこれからが芋の育つ大事な時期と考えての水やりですが、どうでしょうか。里芋は、地元の老人クラブ主催の芋煮会に提供する予定ですので、疎かにできません。皇室の大嘗祭に差し出すお米のような感じで、ちよつと気がかりなのです。

宮崎 去年、お話を聞き、私も里芋の逆さ植えにしてみました。育ち具

合は良好で、楽しみにしているのですが、うちのに比べてこの里芋はいぶん大きく威勢がいいですね。いつ頃植えたのですか。

私 逆さ植えにするので早めだと思います、三月初めに芽出しのためトンネルに植えこみました。しかしこれは早過ぎて、今、肩の高さ近くになり、これからの水やりが大変になってしまいました。催芽の時期はテキストどおり三月中旬でよいと思いますね。

宮崎 おや？ 里芋の根元にヨシズがありますね。

私 古いのを頂き畑で燃やして処分しようとしたのですが、分割してこのように日よけにしました。

宮崎 本来の役目を果たすとは面白いですね。ところであのキュウリ、なかなか威勢いいじゃありませんか。

私 農協から接木苗を購入したもので、六

月中旬頃から収穫を始めました。節成の品種ですのでほんとうによく成りました。七月中頃、やや衰えが見えたので栄養剤を噴霧器で数回かけましたところ、たちまち勢いを盛り返し、盛んに成り始めたのには驚きました。あんな調子でお盆まで成り続けているのです。

宮崎 二か月間も収穫できると凄いですね。私のところでは二番手のキュウリが成り始めようとしているところです。

私 キュウリの収穫が終わると、そのあと、十一月にエンドウを蒔きます。エンドウの収穫は翌年の五月ですが、今年のエンドウはばかに威勢がよくネットをはるかに越えて2m以上に伸び、エンドウを挽ぐの



里芋とヨシズ

に二苦勞しました。ある朝、エンドウを挽ぐと手を伸ばし顔を上げますと、彼方の西の空に白い下弦の月がうすぼんやりと浮かんでいて、いい風景だなあと思いました。またある朝、ホトトギスのかん高いさえずりが崖の林から聞こえ、しばらく手を休め耳を傾けてしまいました。エンドウ収穫の五月の早朝は、爽やかで晴ればれとていい気分になりますね。

宮崎 えーと。一句浮かびました。サヤエンドウ、いや、エンドウ挽ぎといたしましょう。エンドウ挽ぎ残んの月の覗きをり。

私 エンドウ挽ぎ残んの月の覗きをりーですか。おもしろい。旧藤野町は俳句が盛んですが、なるほど、さすがですね。

宮崎 私は句会に入っているわけではなく、見様見真似のひとりよがりの幼稚なもので、恥ずかしい限りです。

私 物事を詩心で見るということは素敵ですよ。ところで、エンドウを作ったあとはインゲンを作っていました。今はモロッコ豆にしています。インゲンは三度豆といつて年に三回収穫できるとされていますが、二回目まではいいとして、三回目の出来具合はもうちょっとの感じで、それに食卓にいつもインゲンというのもどうかと思い、モロッコ豆にしたのです。エンドウ、モロッコ豆と豆類を続けて作っているのですが、障害もなくよく出来ます。そんなわけで、一つのネットをキュウリ、エンドウ、モロッコ豆と2年にわたり利用しています。話はかわりますが、宮崎さんのところのジャガイモ、今年はどうでしたか。

宮崎 私はいつもお彼岸の中日に蒔いていますが、今年も粒もそろって上出来でしたよ。

私 そうですか。実は十年ほど前、人に勧められて伯爵を作ったところ、ソウ力病になってしまいました。それで土壌消毒や作付前に薬剤

散布などして、生育不良で小粒ばかりとか腐敗するとかの被害は殆んど見られなくなりましたが、依然としてジャガイモ表面はざらざらしていて、疱瘡のアバタみたいなのです。耕耘機で耕したものですから病菌が畑全体に広がってしまいました。毎回、植付時に薬剤散布しているのですが、畑を薬漬けにするのは好ましいことではありませんので、どうしようかと思案中です。

宮崎 そうですか。ソウカ病の根絶は難しいようですね。

私 それから、この草ですけれど、いつとき、畑一面にはびこり手古摺り^{てこず}りましたが、見慣れない草です。最近渡来したものなのではないでしょうか。

宮崎 あ、それはゴウシュウアリタソウです

ね。アリタソウは有田草ではなくてポルトガル語だそうで意味は分かりません。その豪州産のアリタソウです。ですから前々からある草で、ニンジン畑などによく見かけます。広い区域を占領の威勢のいい草を「何か」と思われたのでしょうか。この草は背が低く、すぐに多数の実をつけて落として増殖するという、小さいながらも逞しい戦略をもっています。



ゴウシュウアリタソウ

私 なるほど。私はその戦略に驚かされたというわけですね。

宮崎 や！ ポツンと雨が落ちてきましたよ。

私 雲が高いので本降りにはならないでしょう。ポツンポツンの百粒雨でおしまいー。

宮崎 ひと雨ほしいですね。それでは、また。

随筆

ふれあいウォーキング大好き！

島田桂生会 碓井 恆夫

いま私は、島田公民館の「ふれあいウォーキング」のコーディネーターの役をさせてもらっています。

私とウォーキングとのつきあいは二十年前に上野原市の湖南に引っ越してきたことが始まりです。

住まいの廻りには一時間から二時間で歩ける散歩コースが何本もあります。そんなコースを家内と毎日のように歩き出しました。

近所の方々も、隣の藤野の方々も思い思いに歩いておりました。道で会うたびにお互いが声を掛け合い、会話も楽しみました

近所の方々から「たまには一緒に散歩に行きましょうよ」と声がかかり一緒に歩いたこともありました。

あるとき親しくなった近所の方から「たまにはおにぎり持ってみんなでハイキングしましょうよ。」という声が上がリ、私が計画を立てる役になりました。まずは廻りの山々に行つて湖南の住まいを見てみようということになり、裏山の鶴島金剛山縦走を試みました。裏山からの湖南中原の住宅街が普段住んでいる中原とは違つて見たことが思い出に残っています。しかも十数人で登ったので、普段話したことのない人とも親しくなれ、絆を感じました。

金剛山からの陣馬山の眺めも山頂の白馬まで見え、次は陣馬山に登らない？と言う声が上がりました。

計画を立ててみたのですが、行き帰りの交通を考えると、中々難しいことが分り、陣馬山の南斜面のふもとにある栃谷を歩くことにしました。

歩いていると栃谷のゆず農家の方が声をかけてくれ、ゆず園の中も歩くことができました。農家の方々とも仲良くなりゆずを一杯もらいました。栃谷の方々も湖南の方をみて新しい家が沢山できたなあと思っていたそうです。

見える範囲の場所でも実際に歩くと新しい発見やふれあいがあり、世の中が広がっていきます。

一緒にハイキングをした方々から「これからもハイキングしましょうよ。」と声が上がリ次の会では湖南から葛原神社、シュタイナー学園、一本松山、京塚山、名倉グランドと歩き、有名なおそば屋さんでおそばを食べてから、園芸ランド遊歩道の谷廻りのコースを戻って湖南まで歩きました。

この時は山歩きが参加者の気持ちを高め、途中で美味しいおそばを食べたことがとても好評でした。

この話が湖南以外の人にも伝わり、東区の行事にハイキングを入れようと言うことになり、計画を立てる役を引き受けました。湖南だけでなく



東区全体の方々ともおつきあいうるきつかけになりました。コミュニティセンター

から自動車教習所、諏訪関所前、境川橋、シュタイナー学園、見晴らし台、石楯尾神社を廻って戻ってくるコースでした。参加した方々が口々に「こんな地元の普段すぐ行けるところなのに、こうやって歩くと立派なハイキングになるね。」とすごく喜んでくれ、楽しんでくれました。私も近所の方だけでなく地域の方々にこういうことでお役に立てるなら活動してもいいかなあと思いました。

翌年、島田公民館の行事に「ハイキング」を盛り込むという話になり、私に計画を立てるように話がありました。私のような素人にできるのかなあと思いましたが、できる範囲でやってみようこの役を受けることになり今日



に至っています。

島田公民館「ふれあいウォーキング」と名付け、今では四十人募集で、山梨県内各地のハイキングを続けています。

私はハイキングの計画を立てる基本に次のことを満たす場所を選ぶようにしています。

- ① 六十代後半～八十代前半の方々が気楽に歩ける5km位のコースであること、
- ② 傾斜が緩やかで山梨の魅力を味わえる所であること、
- ③ トイレがコース上に二ヶ所以上あること、
- ④ コースの大半が車の通らない道であること、
- ⑤ ハイキングの終了後その土地の物品を買ったり見学したりできる施設があること等です。

私はこのことを常に考え、事前に何回も歩いたり見学したりして、コースを決めています。

現在では募集の回覧を廻すと、あつという間に定員オーバーになってしまうほど人気のある事業になりました。「山梨を知ろう」をテーマに続けてきましたが、さらにコースを見つけて開発していきたいと思っています。



人生一〇〇年時代を考える

島田桂生会 榎山長子

私は看護師として永年に渡り東京にて病める数多くの症例者の看護に日夜勤務してまいりました。しかし何時も心に描いていたのはあのふるさとの風景でした。夢が叶い郷里で少しの不便さを感じながらこの坂道の続く、高台に位置する山里で暮せる幸せをかみしめてる昨今です。月々日に時代は流れて、やがて高令期を迎えられた。精神身体の変化を日々感じるこの現実には医療の現場でも叶えられることはありません。

先般来、島田地区いきいきサロンに参加しました。「いつまでもこの町で暮らすために」の出前講座で市の受けられる在宅医療、介護の地域包括ケアシステム、今後の自分の生きてく道しるべ等の案内を紹介されました。社会に守られながら暮らせることに感謝すると共に老化は誰もが人間生命の道理として止めることはできません……が、老化の進行を遅らせる努力を自覚する事は可能です。これまでの豊富な人生経験と云う心の財宝が宿っているからではないでしょうか。これから先に注意したいのは毎日の食事です。食物と一緒にに空気を胃に入れてゲップとなつてむせ込んだりします。高令期に入ると自然と気道機能低下が進みこの症状が多くの人に見られるようになります。更に気管や肺に入ると誤嚥性肺炎を発症することがあります。たかがむせ込みと捕えないで注意したいと考えます。此の症例は医療救急の場で多数の命を失った体験がありました。「食は医なり」の通り毎食を楽しんで味わいたいものです。

更に気道機能低下予防として大事なことは、声を出すことです。会話を楽しみ、音読やカラオケなども取り入れながら声帯機能を活発にさせる努力が必要です。そして社会との交流が薄れて孤独がちにならないよう日々変動する社会情報に意識したり、地域行事、近所さんとの交流を深め励まし合いで不安解消につなげることが大事です。人生は決して一人ではありません。

人生はみんな心の奥底でつながっているのではないのでしょうか。自然に恵まれたこの町は五感を蘇生させてくれる絶好の舞台です。

歩んでみよう林道の散歩、声出して歌ってみよう足元には小さな野草のささやき、野鳥のさえずり風にゆらぐ木々のざわめき遠方を眺めると、中央道の夜景は光の流れる一本の帯を引き天空の星座を連想させてくれます。季節の、移る時市内は一面の雲海の出現が見られます。眼下には桂川の流れと爛漫と咲く桜並木に圧倒されます。感動と感謝の日々……。

前畑の土の匂いをする農園は朝露にぬれた野菜たちが生氣を取戻して答えてる。お早ようと声出しているようだ!!その姿勢に生命力とパワーを湧かせてくれます。やがて収穫期のおたのしみ。ご近所さんへのお裾分け、味覚を共有する二重の幸せを、かみしめてる要素です。振り向けば多くの人達に守られて今日にいたっている現在、残された人生はくよくよせず本来、心に誰もが持ち合わせている総てを樂觀的に捉えていく力を呼び起こしながら心身の健康ときょう一日の小



さな目標達成の心理資源にして行きたいと感じてます。これからは人生の総仕上げ期と向かい合い今日と云う日に感謝しながら心こそ大切にいつまでもこのふるさとを愛しこの町で暮らしていきたいと思うばかりです。

電動自転車の民生委員

島田桂生会 井 本 克 二

二〇〇四年十二月から二〇一三年十一月までの三期、九年間、島田地区の民生委員だった私は、十数年前のある日、金剛山中腹の湖南団地の自宅から電動自転車で細く曲がりくねった県道をまっしぐらに下って家庭訪問を始めた。この県道は細い割には車の通行量が多く、特に朝の通勤時間、昼どき、そして夕方の帰宅時間以後ろから迫る自家用車、ひっきりなしに通る浚渫土砂運搬のダンプ・カーは怖い。だからそのころ、れっきとした前期高齢者であり交通弱者であつた私は自衛のため、道路が空く午前中の十時ころと午後三時ごろを中心に行動していた。電動自転車はバイクとは異なり一生懸命漕がなければならぬから、上り坂はケツコウな運動となり、従って妻にもほめられる(?) 太い足にもなるのだが、下りは快適でほぼ自動車と並んで時速四十キロで突っ走ることができた。

ただし左は頭上にのしかかる高い崖、右は見渡す限りの深い谷。さすがに晩秋から冬にかけては冷たい大気に身を晒すのが辛かったし、厳冬期になれば道路は積雪と凍結のため自転車では走れない。そういう時はしかたなく防寒具に身を固め、長靴をはいて折りたた

み式の杖を突きながら、へっぴりごしで三十分ほど県道を下ることになった。大雪が降ったあと、自動車はガードするが歩行者はガードしないガードレールの大きな隙間から落ちないように、さりとて路肩には除雪された泥だらけの雪の塊で歩きにくいので、通りがかる車を気にしながら坂道の中央寄りを下っているが、ある時などは、チェーンも巻かずスタッドレス・タイヤも履かない宅急便のトラックが、凍結した道路を横滑りしながらのろろ走っているのを目撃した。雪道を走る装備のあるなしでこうも走行が違うのかとあらためて思わされた。

なにしろ民生委員としての私が担当していた東区は島田地区八区で最も地域が広く人口も多いだけでなく、このような深い谷で分断されているのだ。しかし、春ともなれば鶯^{うぐいす}の声、小授鶏^{こじゆけい}の「トコイ、チョットコイ」のなきごえが聞こえ、初夏には杜鵑^{ほととぎす}の「トツキヨ、キョカキョク」という啼き声を耳に、視界の左右に新緑を感じながら県道を疾走する気分は何ともいえない。ただし、右に左に急カーブが多いので、絶えずブレーキで速度を調節しないと危険である。対向車に気づかず正面衝突したら大変だし、カーブを曲がりきれずにガードレールから飛び出したら深い谷底に転落となる。だから懸命に両手のブレーキを操作する。その結果、妻から「腕も太くなったわね。」と言われた。確かに区内をひとまわり家庭訪問をして帰った夜は両腕がだるい。

さて、民生委員には例の「守秘義務」があるので具体的に書くことはできないが、私が訪問する家庭は、人口が多い分、担当件数が多いだけでなく、他の区に比べて様々な問題をかかえる家庭が多い。言うまでもなく上野原市は、明治期、昭和の大合併に続く

て二〇〇五年二月に上野原町と秋山村と合併して出来た。私の担当する東区などはそれぞれ元は独立した村落で、西区は元は西村だったし東区は東村だった。ただし南村などはなかったのに南区があるのは、どうやらまとまりやすい身内だけで東区から独立したらしい。だから私が担当する地区は隣接する東区、南区、駒門区は互いに入り組んでいて分



りにくい。あるとき八区で構成される地区民生委員協議会の月例会で、南区の民生委員から「東区は問題家庭が多く大変ですね」と同情されたので、「何ならおたくの区と合併しましょうか。昔は同じ村だったようですから。」と冗談を言ったら、「とんでもない」と断られた。

ついでながら田舎のバス停や行政区の名称にはかなり古い昔の地名を残しているのとおもしろい。たとえば、東北地方の岩手県水沢市には、まだ「跡呂井^{あとろい}行政区」が通称ながら残っているという。アテルイとは言うまでもなく紀元八世紀に征夷大將軍坂上田村麻呂の軍門に下った蝦夷^{えみし}の指導者、阿弖流^{アテルイ}為である。余談ながら田村麻呂とアテルイを軸にした七〇八世紀の大和朝廷による奥州（東北地方）経営の歴史（むしろ侵略の歴史？）は大変おもしろく、諸説を交えながら様々な小説が書かれている。一例をあげれば、高橋克彦『炎立つ』全五巻一九九二年NHK出版発行（講談社文庫所収、NHK大河ドラマとして一九九三年に放映）、高橋克彦『火怨^{かえん}』北の

『燿星アテルイ』全二巻、講談社文庫所収、熊谷達也『まほろぼの疾風』集英社二〇〇〇年発行、同著者『荒蝦夷』平凡社二〇〇四年発行などがある。私の地区にも中国人入植者に由来するらしい「清しめ村入り口」というバス停があり、また市制がしかれたとき「出張所」に格下げされた「島田支所前」も、そのままバス停の名称としてしばらくずっと使われてきた。

水泳と私

コモアシニアクラブ 田中醇治

小中学校の頃、学校にはプールが無く、水泳指導を受けたことはなかった。しかし今、結構泳げるのは、川遊びや市営プールなどに行き人の泳ぎを見て、見よう見まねで覚えたからである、しかし川やプールなどに行かない人もいて、同級生にはカナズチも結構いた、その川遊びだが、甲府市の街中には川遊び等ができる綺麗な川は無い。そこで郊外の川に出かけた。よく行ったのが甲府市の西、荒川という川だ。此処は、昇仙峡（甲府市の観光地で溪流で有名）の下流で綺麗な川だった。しかし甲府の中心地からは3kmぐらいあって、夏の炎天下に歩いて行くのは大変だった。



だが、戦後の貧しい時代ほとんど子は越中ふんどしだった。中には、腰紐に手拭を垂らしただけの子もいた。

着替えを終わったら直ぐに冷たい水に飛び込むのだが、そこからがまた大変。着替えた場所から川までは、ほんの数10mだが、真夏の太陽にジリジリと焼けた玉石がずっと敷き詰められている。早く冷たい川に、という焦りと足の裏の熱さ、この足の裏の熱さは今でも体が覚えている。

夜寝ている時急に、その感覚が蘇ることがある。真夜中に「熱い」と大声でいい、足を上げるので、隣で寝ている女房がびっくりしてしまうことがあった。「いやなんでもないよ」と言うのだが、妻は不思議そうな顔をしている。

川では、水泳というよりは川遊びである。水中に潜り小魚を捕る。捕った魚は空き缶に入れて家に持ち帰るのだが、大半は死んでしまっていた。

退職して、運動不足解消のため水泳を始めることにした。しかし、驚いたことにクロールで五十m泳いただけで息が上がってしまう。そこで、焦らずに少しずつ距離を伸ばそうと決めた。黙々と市営プールに通うこと半年。やっと1km泳げるようになった。週に二回、年百回と目標を決めた。

あれから十五年、早いもので私も八十歳になった。八十歳になった今もクロールで、週二回、年百回はつづけている。

数年前、人間ドックで肺気腫と診断された。この病気は、肺の機能が年々低下する病気だそう。肺に負荷を掛け、肺活量を減らさないようにすることが大切と言われた。それを防ぐには、水泳が一番いいらしい。これからずっと続けていきたい。

自転車

小沢寿会 石川康夫

私が自転車に乗れるようになったのは、かなり遅い。昭和二十七年四月、中一の春休み、岩手県西磐井郡沖島村（現一関市）、宮城県との県境になる。大きな農家の納屋から大人用の自転車を一台引っ張り出した。県道まで百メートルほど、畦道をよろよろと押しながら降りて行く。県道は岩手県側から宮城県側に数百メートルの見通しの良い下りカーブで、若柳町（当時）方面に向かってほぼ平坦、勿論舗装などしていない。誰にも知られず、一人で練習できる絶好のトレーニングコースだと考えたわけだ。

自転車に乗れないなんて何という屈辱か、全くなさけない。多分顔面蒼白、つきつめたような表情であつたに違いない。まず裸足になった。履いていたボロ靴がじゃまだった。

県道に出ると、やおら自転車に跨った。下りなので、ハンドルさばきとバランス、ブレーキのかけ具合をくり返しくり返し試してみた。ペダルを踏むなんて後でもよいことだ。手、足、ボディーバランスをわけて考えたわけだ。

当時我が家は仙台の東北大学医学部付属病院の近くに住んでいた。終戦真



際にはB29の焼夷弾による爆撃が毎晩のように続き、サイレンが鳴ると防空ズキンを被り、近くの北山、青葉神社の境内に避難した。いつも一軒隣のカクちゃんと言とゲンちゃんと言と一緒、ゲンちゃんと言とい年である。二人のお父さんは小学校の先生なので度々昆虫採集に連れて行ってくれ、虫の名前や捕り方、標本のつくり方を教えてくださった。二人は各々子ども用の自転車を持っていたので、かなり遠くまで出かけたよう言、草木や草花の名前をよく知っており、押し花や押し葉も沢山つくつていた。空き地は菜園になっていて、その中にキクイモがあつたのを覚えていてる。

田舎暮らしと言並行して始めた自転車乗りの修業はその後も続き、かなり重い物でも荷台に載せて遠くまで運べるようになり、苗代用の種籾を運ぶ戦力となった。

高校一年時の遠足はクラス単位で、「青葉城恋唄」の広瀬川、川内澱橋通りから出発し塩釜経由松島往復と決まつた。早速近くの大學生Sさんに借りに行つた。「いいぞ、オレが毎日乗つてつから。空気とブレーキはよく視ておけ」と言つて一緒に点検してくれた。「いいか、ケガだけはすんなよ、母ちゃんがかなすむ（悲しむ）がらな」。

こうして、陸風と海風を身をもって体験したわけである。向い風の中でペダルを漕ぎ続けることは半端ではないが恥をかかずにすんでホツとした。

高校での成績はさんざんで、ワーストテンの常連。大学は授業料が安く、寮生活が出来るところを選べた。親にはビター文期待出来ない中で、自転車による配達で生活を支え、練習コースでは後年三菱コルトの練習をした。

シルクロードの旅（追想）

小沢寿会、森川耀雄（明雄）

山梨県中国四川省友好訪中団県民会議の理事長で、元県議会副議長だった故三村賢治先生と知己を得て、四川省へ数回訪問しましたが、そんな時、今度シルクロードへ行かないかとの話があり実現しました。平成某年九月二十八日、成田空港発JAL A三〇〇エアバスで中国西安へ、四時間の雲もない快適なフライトでした。空港にはガイドの張さんが迎えにきており、早速市内へ、前回と違って市内は整備されていたが商店街はお世辞にもきれいになったとは云えずぼこりつぽい街中で市民がたむろしていた。西の門、鏡楼を見学、城壁は周囲十三km城内人口三百万人、全市七百万人というから規模的には大阪と同じ位だ。第二日目西北航空で七時三十分にはフライト、西安はめずらしく雨だった。六基山脈の赤い山肌を眼下に最北へ進む。敦煌まで千六百km余りという、離陸一時間後蘭州を通過、眼下に大砂漠が広がって来た。右には

四km級の祈連山脈が。日本の広さ程の砂漠の上空を約一時間程で敦煌空港へ着陸した。敦煌は砂漠の中にある都市で人口一五万



人程度綿花の産地で海拔千百mとの事、年間降雨量わずか三十九mmというから驚く。広大な砂漠の一本道を八十km先の陽関へ二時間近くかけてバスで走る。古代シルクロードの軍事通商の重要関門で赤褐色の「のろし台」が残っていた。唐の詩人王維が読んだ「西の方陽関をいずれば故人無からん」ことで知られている。一口に砂漠といっても鳥取砂丘など比較にならないスケールだ。つづいて鳴沙山へバスで移動する。赤褐色に色どられたきれいな山容だ。山門からラクダに乗ってふもとまで赤褐色の山が夕陽に映えてそれはそれは見事だった。往復ラクダで移動、お尻の痛みをこらえてバスへ。帰りに国道沿いで井上靖の敦煌城を背景にしてシャッターをきる。第三日目ホテルを出て莫高窟へ、中国三大大石窟のひとつで当時の仏教芸術の集大成の一つである。四世紀なかば僧曇首が夕日をあびて輝やく四仏的威厳を感じ石窟を築き修業したのがはじまりで四九二の石窟があった。夕方チャーター機でトルファンに立上る。約七百kmの道程を二時間近くかけてトルファン近郊の軍用基地シャンシャン空港へつきました。空港でカメラを撮ろうとしたら撮影禁止の注意をうけあわててバスへ逃げこむ。ここから二時間少々かけてトルファンへ。途中赤褐色の山が現れ、有名な火焰山の一部だった。広々と広がるゴビ灘沙漠の夕日を見ながら市街に着く。人種もウイグル族に変わり欧州系の顔立ちが目立ってきた。以下字句に制限があるので途中省略し訪問先だけを記入する。高昌故城は上野原市街地をスッポリ入れる程の広大な城で日本語スラスラな子供が物売に追いかけて来る。アスター十古墳、ベセクリクチ千仏洞、火焰山、蘇公塔、交河古城、カレーズ、最終地ウルムチへ、途中機上から見る天山山脈の雪肌の素晴らしかったこと。

『手話は、言語』

にしばら錦会 横瀬 礼子

「手話」は、日本語や英語と同じ言語です。

聴覚に障がいを持つ人たちがコミュニケーション手段として手話を使用します。

「手話」が上野原に広まり始めたのは、かれこれ四〇年前。現在、市内にもサークルが結成されております。

私も「手話」を広めるための一人として、「手話の街を創る会」を結成。すでに、七年となりました。

私が手話と出会ったのは、父親が中途失聴者であったこと。

既に亡くなっている母親が、社協の手話の勉強会に三〇年も昔のことだが、応募し、家の中に置いてあるテキストを手にしたことだった。

手話は、使う人がそばにいることだと思っていたが、母は相手を手話ができないこともあつて数か月だったが社協の勉強会に参加、指導を受けたと話していたことを覚えている。私自身もその後、社協の初級者向け手話講習会を少しかじり、「メンバーの中に、手話を言語とする人と知り合いになったこと、いつか、この人たちと日常会話ができるようになっていたいと思ったこと」でした。

退職後、民生委員を引き受け、該当地域に対応する人がいる。何とか、会話をしなくてはと一念奮起。結果、「手話の街を創る会」を結成した。

「手話」を習得するために、「手話奉仕員養成講座」を一年間、大

月市で学びました。当時の上野原市では、講座開催の予定がないとのこと。大月市にお願いし、一年間、市社協に勉強に行きました。

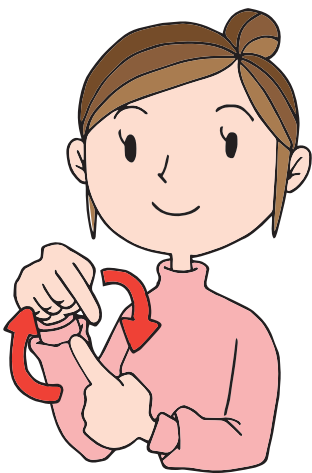
講師を務めるのは、山梨県聴覚障害者センターのろう者の先生と通訳士。奉仕員養成講座は、「手話を広め、理解を求め、さらにテキストを指導する立場」。難しい講習を受けて教壇に立っていることだろうなど、私自身に喝を入れ、大月市の税金で講座参加を認めてもらっていることに感謝をしつつ、必死で勉強してきた。

「手話」を忘れないようにするためには、いつも手話を使用することである。英語を学校で教わったが、日常使用しないので必要に迫られることがない。手話を使用する人がそばにいて、コミュニケーション手段を忘れてはならないと思っている。

「手話が言語」であることが、二〇〇六年、国連の「障害者権利条約」で採択。手話は言語であることが世界的に認められた。その後、日本では二〇一一年障害者基本法で「言語に手話を含む」ことが明記された。しかし、この法律の中身には、「手話を言語」とすることがなかったため、法制化時点で「手話を言語」であることを市民運動によって、盛り込まれたのは、二〇一一（平成二十三）年のことである。

世界では、人権問題にまだまだメスが入っていない。「女性差別問題」「障害者差別問題」など。

一九八一（昭和五十六）年に、国際障害者年で「障害者の完全参加と平等」が基礎的



な概念として決定した。

障害者の完全参加と平等とは、一体、どんなことを言うのでしょうか。

国や自治体での取り組みを明確にしなければならない。上野原市に「手話言語条例が制定」されて今年で三年となる。県内の条例制定として二つめの市町である。条例とは、市の憲法であり法律である。上野原市の条例に、次のことが定められている。

「市は、方針を定めるときは、上野原市総合福祉計画等策定委員会設置要綱（平成一七 years 上野原市告示第一一五号）に規定する上野原市総合福祉計画等策定委員会のほか、日本手話を使用する市民、手話通訳者その他の関係者の意見を聴くものとする」。

三年の経過となった条例が、当事者の言葉から、どこが変化し、また、その影響が見当たらないと感じていると聴く。また、私自身も手話を広める活動をしているが、聴覚障害者手帳を交付されている人たちといわゆる「当事者間の交流」ができない。市川三郷町での取り組みを参考にし、参考にすべきものは実行したいが、まず、一つに当事者間交流ができないものかと一問一答している。

当事者を支援する立場から、立ち上げることもできない。隣接する行政の取り組みなど、山ほどあるはず。東日本大震災で、一番影響を受けた人たち。防災訓練をはじめ、行政も対策を打つ上で生の声を参考にできるはず。聴覚障害者の生の声を聴いて、早急に対策を打つべきだと思っている。個人情報保護法で縛られているために、他の対策で手帳交付者に行政から通知を出すとか知らせる手段を工夫すべきである。

条例制定市町は、色々な取り組みをしながら、「手話」を広め・

市民に理解を求め、共に共生社会を生きるように指導することだと思ふ。

憲法を遵守し、障害者に寄り沿う、上野原市もそういうことを、めざす市にするためにもリーダーは、行政が音頭をとり、寄り添って行く知恵を出し合うそういう行政になって欲しい。そして、ろう者の人たちが住みよい街にして行くことを希望している一人です。

令和元年の二こま

田町寿クラブ 水越 久

二〇一九年五月から元号が「令和」になり、何か記念に残そうと思ひ、万葉集の令和の語源を書に認めてみました。

「初春令月 気淑風和 梅被鏡前之粉 蘭薫珮後之香」初春の令月にして、気淑く風和ぎ、梅は鏡前の粉を披ぎ、蘭は珮後の香を薫らす。

たて一八〇センチ、横七〇センチと、これより少し小さめの画仙紙二種類に揮毫しました。大きい方の作品は、第十回りんどうの里美術展、第十四回大銀座ふるさとやまなし芸術祭に出品。銀座画廊の芸術祭会場では、水越幽峰書展の特別室を設けていただき、この作品は「令和を書す」と題して発表しました。銀座中央通りの一等地の画廊で、大小十八点の作品を展示した個展開催の機会を与えてくださった周囲の皆様に、感謝するとともに私自身、感慨もひとしおでした。

私が、平成三十年にジャポニスム二〇一八のフランス、パリ展に出

品した「二期一会」を始め、国内で発表してきた数々の作品をご覧になられた国際美術評論家から、「名作である。パリに愛されるジャパンアーティスト」と評価していただきました。長年の国内外における書活動が実を結び、この度、令和元年十二月に『フランス芸術文化大賞』を受賞することが出来ました。年齢を重ねても人から認められると、嬉しさが込み上げてきます。

多忙な生活のため、多町寿クラブの行事に参加することが少なく、申しわけない気持ちです。令和二年は参加できるように努めたいと思います。



第五十二回 秀筆書展 一輪書 水越 蘭峰



原発をどのように終息させるか

新二鶴寿会 渡辺 敦雄

(元東芝原子力技術者)

一 はじめに

関西電力の八木誠会長らが福井県高浜町の元助役から、約数億円の資金を受け取っていたことが金沢国税局の税務調査で判明した。いまこそ原発の永久停止をしなければならない。

筆者は、浜岡原発などの基本設計を担当したがゆえに、原発を、いかに、早期に安全に終息させるかは、筆者の人生で最後の大事なであり、原発の安心な終息方法を読者と共有できたらうれしい。

二 原発の恐ろしさ

エネルギー源の選択をする上で、以下の観点を考慮しなければならない。①安心できるか、②分散型で、地産地消に向いているか、③低二酸化炭素エネルギーか、④国際的に独立しているか、⑤再生可能か高効率か。

この観点から、原発は絶対に選
択できないことを以下に述べる。

原発は必ず事故を起こす。原発
事故は、他の、宇宙開発、海洋開
発、医学などの巨大技術と比較
し、以下の点で事故があった時
の質と規模の次元が全く異なり、
人類には制御不能な恐ろしいエネ
ルギー源である。



①放射線障害は種の保存への障害であり、事故被害額も膨大

②使用済み核燃料の放射能の処理方法がない（プルトニウム二三九は十万年の管理が必要）

③原子力発電は、たかが電気をおこす技術であり、自然エネルギーという代替法がある

絶対安全がない原発を終息させるためには、技術論争ではなく、「後世に負の遺産を残すか、残さないか」の倫理観で判断すべきである。

三 おわりに

福島第一原発事故は人類史上最悪の原発事故であった。ドイツは二〇一一年六月の段階で、二〇二二年までに原発の全廃を決定した。その後スイス、イタリアなどが追随した。日本は当事者であるが、いまだ原発推進国である。日本の義務は「事故を二度と起こしてはならない」こと。

上野原市は、世界の約四百基の原発の中でも最も危険な浜岡原発の影響範囲にある。事故時の放射能の拡散により、上野原市に、市民が永久に住めなくなるというシミュレーション結果がある。よって、まずは浜岡原発を永久停止しなければならない。

「危機こそチャンス」である。自然エネルギー開発への先導者となって、結果的に世界の核兵器の廃絶につながるエネルギー大変換を遂げ、二十一世紀の世界モデルを創り、「原発永久停止」を、五十年後の孫たちへ誇れる最大の贈り物としよう。

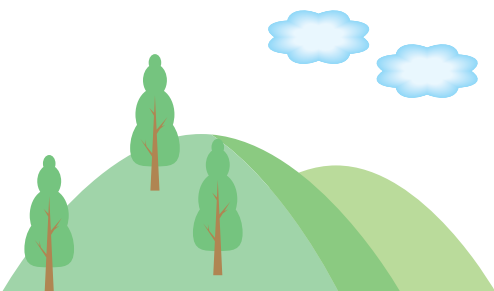
「森林子育て」

西原なかよし会長 田助成

近頃グラウンド・ゴルフで集まり二、三人寄ると「猿が出た、〇〇集落でサツマを掘られ全滅だ」と、と話が出る。里の畑の作物の方が山の物よりうまいには違いがないから人里に来るのは解る。山が杉松で真黒になり、獣達の食べ物が無くなったのも原因にある。山は自然で人の手を少し加えるだけで良いのだが「お金」にしようとする山は壊れる。自然が無くなる。

又、国は効率よく杉松を植え、下草を刈って育て、経済的に出材売ることを考え坪一本植える事を促めた。それに国からの補助金を出すのに基準としたため真暗な山が出来た。杉松の習性として隣の立木の根を乗り越えて根を伸ばすことはしない。義理固いのだろうか。五十年生の大きな木でも直径二メートル位しか根を張らない。

だから簡単に倒れる。土砂を抱える力が弱い。集中的に雨が降ると土砂崩れが起きる。ところが広葉樹の雑木は自分の高さだけ横に根を張り、隣の木の根を通り越してしっかりと根が伸びて自分の身体と土とを抱き抱えてくれる。杉松の林の中は太陽光線も届かないので、下草が出ない、下層木もなく動物たちの食べる物が無い。雑木の山は下草も下層木もいっぱいある。鹿などはその柔らかい草を喰う



ことが出来る。木の実があつて猿も熊も食物がある。山は人間達だけの場所ではない筈。国が植林を促めたのだから国が責任をもつて自然豊かな場所にするべきだ。私自ら携わつた者として反省している。私は二十五年程前、西原県道下の木造三階建て民宿の下、鶴川の向こう岸二ヘクタールの場所で九十年生の松を伐採した旧地にもみじの木を中心に玉杓の出る会津産の樺八百本植え、地主さんの「先祖が育ててくれた松を伐つてお金にしたので三分の一位松を植えてくれませんか」の要望で、八百本を植えた山がある。今、春になると山桜が咲き、ウド、ワラビ、タラの芽、フキが出る。夏は花が咲き、秋には紅葉が見える。小鳥たちが飛び交い、獣たちが山中を歩いている跡がある。全くの自然に近い山になっている。こんな具合に山の尾根から下へ、八合目位いまでこの山も杉松を伐つて利用し、その後はそのまま自然の成り行きに任せ五年に一度位い、蔓類を整理するようにしたらと考えている。どんな山も人の手は必要だ。有名な白神山地は昔の「マタギ」達が木炭焼きの際、10m以上のものは割つて窯に入れないと良質の木炭が取れないため割れにくい樺、ブナはそのまま残したものだ。全く人手が加わっていないのではない。人手が入っていたから今の山地が出来上がっている。出材するために以前のように台風などの被害を受け易い沢沿いに林道を開設するのではなく大きな尾根に開け魚の骨のように作業用の短い道を入れ材を出す。出した材木は半製品に加工し、中国インド中東などに輸出する。又は火力発電用に使う。尾根の林道には所々に待避場所を加え、出材作業以外の車からは通行料金を徴収する。

六月中旬近くの男達が声で「仕掛けたワナに鹿がかかっている」と騒いでいる。猟師が畑の上から鹿を引いて降りて来た。「オッパ

イが張つて飛び散つてズボンにかかったよお」と言いながら軽トラの上に鹿を乗せた。若い雌鹿だつたようだ。畑の土手に伸びたカラムシやイタドリのような柔らかな所を夢中で喰っているうちに乳房が張つて来て少し離れた茶畑に置いてきた子鹿を想い出し急いで帰る途中ワナにかかつてしまったのだろう。人間たちも現在は幼子を保育園や幼稚園に預け会社勤めに急ぐ若いお母さん方が多い。

子供は国の宝、地域の宝である。大学までは無理としても専門学校までは全て無償にし医療も無料にすべきで若いお母さん方の相談相手置いてゆつくりお昼寝しながら子育てが出来た施設を作るべきだと思う。カルメンのような生き方をする人は別にして、子育てを一生懸命されている若いお母さん方を日本の社会も国ももっともと理解し応援する必要がある。そうしないと日本は移民が大半になつて日本人類は消滅すると私は思っている。

これ等に必要な財源は、国の外郭団体が数多いが、その役員達の報酬、退職金を見直して正常値に替えることが不可欠ではないか。梅雨空の夕方から降り出した雨がトタン屋根を叩く音でねえなかつたのではない。段々畑の石垣とお茶株の間で冷たい雨に打たれ、身を寄せ合つて来るはずもない母鹿を待つている小鹿達と、保育園で会社から帰つてくるママを待つている子供達がダブつてしまい、目じりから流れるものが耳に入りそうになり二、三度たなごころで拭つていた。それでも昼間の畑仕事の疲れで日付の変わるころには眠りに落ちたようだ。

翌朝、新聞配達をしながら雲海の上に黒々と横たわる山を見て「何とかできないものか」と一人想つた。日本は石油もガスも鉱石も出ないが、世界に誇れる森林がある。だがその森林も造りようによつ

ては負の財産になることを私達は考えなければならぬと思う今日この頃である。

家族みんなで、五・七・五

沢松親和会 市川幸子

ある日曜日の朝、佑太が起きてみると雪が降っていました。じいちゃんは、窓の外を見ながら、指を折って何かを数えながら、ぶつぶつ言っています。

じいちゃんは、近所の人に誘われて、何日か前に俳句の会に入っています。佑太が、

「じいちゃんおはよう。何数えているの？」

と聞くと、じいちゃんは、ちよつと得意げな顔で言いました。

「俳句だよ、俳句。ほら、見たこととか、感じたことを、五・七・五で表現するんだ。あつ、表現なんて言葉、佑太にはむずかしかったな」

「ふーん、よくわからないけど、

じいちゃん、雪見てどんな俳句を作ったの？」

すると、じいちゃんは、

「うーん、なかなかむずかしくてな。『初雪や』の後が、なかなかでてこないんだよな・・・」

佑太は、ちよつと考えていまし



たが、

「ねえ、じいちゃん、こんなのはどう？『初雪や タマはこたつで丸くなる』・・・」

「なんだ、それ、たしか、『猫はこたつで丸くなる』で、歌があったら。人のまねしちゃあだめだ」

そう言うと、じいちゃんはまた真剣な顔で、指を折りながら、

「初雪や、初雪や・・・」

と、何回も何回も同じ言葉をくりかえしています。じいちゃんは、「初雪や」の後の言葉が、どうしてもでてこないようです。

外をながめていた佑太が、言いました。

「あつ、じいちゃん、カラスが飛んで来たよ。何か、食べ物さがしてるみたいだね」

カラスは、くちばしで雪の中をしきりにつついています。それを見たじいちゃんは、

「おつ、できたぞ。『初雪や 食べ物さがす カラスかな』どうだ、佑太？」

「えー、それでいいの？ ぼくも作ってみようかな」

佑太とじいちゃんが、雪を見ながら、一生懸命俳句を考えていると、ばあちゃんが、

「じいちゃんも、佑太もみそ汁、さめちゃうよ」

俳句を詠むように言ったので、

「わー、ばあちゃんすごい。俳句だね」

佑太が、感心したように言うと、じいちゃんは、ニコリともせず、言いました。

「いや、ばあちゃんのは、季語が入ってなかったから、俳句じゃ

ないよ」

すると、ばあちゃんは、ちよつと得意そうな顔で言いました。

「じゃあ、こんなのはどう？『大根と とうふの味噌汁 おいしいよ』大根て、たしか冬の季語だよ」

「ほー、ばあちゃん、季語を知ってるんだ。」

じいちゃんは、感心したようにばあちゃんを見ながら、みそ汁を一口飲むと、

「うーん、うまい。『大根と とうふのみそ汁 最高だ』」

と、言ったので、ぼくもお母さんも、おばあちゃんも笑い出しました。すると、そこへ、

「おはよう。なんだかにぎやかだな・・・」

目をこすりながら、お父さんが起きてきました。佑太が、

「あつ、お父さん、おはよう。みんな、俳句を考えてたんだ」

佑太が言うと、ばあちゃんも言いました

「じいちゃんが、俳句を習い始めたんだって。さつきから、初雪や初雪やて、考えてるんだけど、その後がなかなか出てこなくて、困ってるみたいだよ」

「へー、俳句か。『初雪や』か・・・」

すると、お父さんも、窓の外を見ながら、真剣な顔で考え始めました。佑太も負けじと、五・七・五と、指を折りながら考えています。すると、お父さんが、ちよつと、得意そうに大きな声で言いました。『祐太、良いのができたぞ。『初雪や 日曜の朝で 良かったよ』どうだ。』

「わーあ、父さん、すごい、もうできたの」

「そうだね。普通の日だったら、会社に行くのに、駅まで歩い

て行かなきゃならないものね・・・」

おばあちゃんが言うと、みんなうなずき合いながら、いつせいに窓の外に目をやりました。雪は、庭を真っ白に覆っています。

その時、ずつと考えていた佑太が、

「ねえ、じいちゃん、こんなのどう？『初雪や 家族で俳句 楽しいな』」

じいちゃんの顔を見て言うと、じいちゃんは、

「おつ、佑太、良いよ、良いよ。」

ニコニコ顔で言いました。お父さんも、お母さんも、おばあちゃんも、ちよつと感心したという顔で佑太を見ました。みんな、朝ごはんを食べるのも忘れて、真剣な顔で考えています。

すると、お母さんが、まじめな顔でみんなに言いました。

「さあみんな、俳句もいいけど、まずご飯」

「ハハハッ、そうだな。」

「みそ汁、さめちゃったね」

「いただきます」

何て言い合いながら、朝ごはんを食べ始めました。

彼岸花のネックレス

大目豊明会 高野孝子

惣祖神社の神木である榎の大木を囲むようにして深紅の彼岸花が咲いています。

ごつごつした古木が紅色の艶やかなネックレスをしているように

見えます。

彼岸花は「私達が飾ってあげたのよ。」というように風に揺れ、
槐も枝を揺らして喜んで
ようでした。

私も神木に向かって「とても似合ってますよー素敵ですねー」と思わず声をかけました。

ちよつと不謹慎だったでしょうか？



令和を迎える桜

大目豊明会 高野孝子

薄墨色の空に包まれて貯水池の桜が満開の時を迎えました。

私は他県からこの地に越してきて十年ほどになりますが、今年の桜はとりわけ美しく風情があるように思われました。平成が終わり令和を迎える年に咲く桜、平和な時代であった平成を惜しむ思いとこれから始まる令和が希望に満ちた時代であってほしいという思いで、ただただ感動と興奮に包まれてすばらしい光景に見とれていました。

夕暮れて「本当にきれいだなあー美しかったなあー」と何度も何度もくり返しながら家路につきました。

研究

五千円札の裏面

コモアシニアクラブ 中沢 敦

今年も秋はせかせかとやってきましたが、年々衰えてゆく身体に寂寥感が一段と募ります。

元号も平成から令和となり我々の時代、昭和は歴史の彼方へとしだいに追いやられて往きます、平成時代に刷新され女性では初めて、樋口一葉の肖像画が五千円紙幣に登場した時には世間を驚かせ話題になったが、その紙幣も数年後にはその役割を他に譲り渡して引退すると発表され山梨とゆかりのある五千円紙幣も次第に姿を消してゆきます。しかし、その紙幣の裏面の燕子花図も山梨と大変に縁のあることはあまり知られていない、実はこの原画は江戸時代の琳派最高の巨匠のひとりである尾形光琳の筆による最高傑作の作品で「燕子花図屏風」(六曲一双)であり、二双合わせ(幅六七cm)



の大作で作品は世界的に知られる至宝である。勿論「国宝」である。

図は屏風全面の純金箔地に栄える、濃淡の群青と緑青のみによつて燕子花の群生の遠近を描いたもので他の水も鳥も人も他のもの一切描かれていないが見る者を圧倒し捉えて離さない。その燕子花図の一部が五千円札の裏面に使われている。

この燕子花図屏風の他、多くの国宝、重要文化財クラスの名品の海外流失を防ぎ止め私費で買い入れ国に寄付したのは東武鉄道グループの社長として、甲州財閥の群像の中でもひと際異彩を放つ山梨市出身の根津嘉一郎である。戦中はこの名宝を含め美術品を山梨に疎開させ戦争の災禍から守ったのである。

山梨市駅からさほど遠くない笛吹川に架かる根津が造った、根津橋を渡ると万力公園には根津の功績をたたえ篤志家の寄贈による根津公園があり根津翁の銅像がひと際高い台座の上にそびえている。又、生家は山梨市に寄贈され現在根津記念館として公開されている、根津は数々の企業を起こし、また、企業を再建して注目を浴びたが、その経営の

中心は東武鉄道グループである、いま観光の名所になっている東京スカイツリーは東武鉄道敷地にある、東武東上線のターミナル池袋駅には東武デパートがあり現在日本一の売り上げを誇っている。

根津は独立独歩の人で卓越した観察力と所信断行の力は抜群であるが、その経営思想は「国家への



根津嘉一郎氏

報国」の一言に尽きる。その根津の人となり根津の馨咳に接し、戦後の日清紡績の社長を務め、日本財界に君臨して辣腕を振るつた宮島清次郎は書き残している。

「・・・戦後日本は一大変革を遂げたが、根津翁が生前縷々話され且実行されたことは今日においても些かの時代錯誤なきのみならず、最も時宜に適した措置であつたことに今更の如く感激する次第である。それは翁が常に語られたことの一つに『実業家は事業によって国家社会に尽くすと共に大いに金儲けをするが、その儲けた金の使い方が大切だ』と我々に諭され、『自分は子孫の為に美田は買わない、国家社会の為自分でなければ出来ないことに寄与する』と唱えていた。

この稿を書いていて思い出したのは、凡そ六十年前にアメリカ大統領に就任したジョン・F・ケネディ大統領が就任演説で「諸君らは、国家に何を望むかではない、諸君らは国家の為に何をやるかだ・・・」の名演説の言葉だ。

根津の蒐集した東洋の古美術品や「根津青山」と号して茶道で蒐集した茶道具類はいわゆる根津コレクションと呼ばれ海外にも多く知られたが、根津嘉一郎没後遺言通り、その全美術品および広壮を極める東京南青山の邸宅、庭園は「財団法人根津美術館」に寄附された。

そして、「根津美術館」として昭和十五年十二月に発足し公開された、当時の収蔵品は四千六百四十三点であつた。

その収蔵品の内、燕子花図屏風、那智瀧図（鎌倉時代）漁村夕照図（牧谿、南宋）鶉図、李安忠、南宋）等他四点で合計七点が国宝に指定されている。重要文化財一八一点にも及ぶ、しかも根

津翁が蒐集したこれらの収蔵品の燕子花図屏風を始め国宝、重文の品々は国の指定を受ける前に蒐集したものが多く、国の鑑定官すら余り信用していなかったのではなからうか、根津翁の慧眼には瞠目せざるを得ない。

根津嘉一郎は「世渡り体験談」で語っている、「私は若い頃から書画骨董の趣味があつて甲州にいる時分から道具類を見ることが好きで、なにかれとよく集めた。

また用事で甲州から東京に出ることがあると、道具屋が軒並みある、京橋中通りの街を忙しい中から暇を作つて覗いて歩くのが楽しみだつた。芝居見物や物見遊山に行くより書画骨董を見ていることが一番好きであつた。そして、気に入つたものを見つけると何時も買いつた。それが甲州に帰る時には、茶箱に二梱、三梱溜まつて、道中の荷厄介になつたものである。そんなわけで私の骨董好きは若い頃から養われて誰から手ほどきを受けたのではなく自然に進んでいったのである。

それから東京に住むようになり一層書画骨董の趣味が深くなつた、大きい骨董屋は軒並み歩き、特に京都や奈良に行つたときなど、土地の博物館に入り浸つて肝心の用件をすっかり忘れてしまったことさえあつた。わたしの美術



に対する鑑定眼はそのように京都や奈良の博物館を見て歩いたりして何時の間にか自得したもので、これは天稟（生まれつきの才能）であると思つてゐる。私は書画骨董をいちいち他人の意見を求めたり、その道の大家の喧しい講釈に耳を傾けたりせず手に入れている。

自慢話をするのではないが・・いささか先見の明を誇つてもいいと思うことがある。明治三十年代頃ことであるがこの頃の美術品は今日ほど値段が高くなき、国宝に類する貴重品が、西欧人に安く買われて、頻繁に欧米に搬出されていたのであつた、私はこの傾向を見て日本美術界の為に嘆かわしいことだと考えていた。

私は美術界初期の頃から犠牲を払つて、幾多の名宝の海外搬出を止め国内に留め置くよう国家の為に有益であると信じ努力してきた。この頃、今は信じられないが有名な、奈良興福寺の国宝の五重塔すら売りに出された時期であつたのである。根津は出来る限りの文化遺産の散逸、海外流失を防ぎ保護した。

生前、根津が編集した写真集「青山莊清賞」巻頭序文で「昔から『芸術千古』と言われている。凡そ一国の文化の程度は、その国の芸術発達の如何によつて計ることが出来ると思う。（中略）」

予は、若年にして甲州の郷里を出で、東京に於いて専ら実業に従事してきたが、生来美術が好きで而もその趣味は年と共に深きを加へ、少閑を得ては書画骨董を求め、これを観賞すること以て唯一の樂とした。

当時はあたかも維新創業の直後であつて、旧物破壊、西洋崇拜の思想が一世を風靡し、あたかも累世の珍奇名宝も、殆ど之を顧みるものなく、或いは塵土に委し、或いは散佚に帰せんとする状態であつ

た。予は此れを深く遺憾に思い、聞くに従って求め、見るに従い買い、大いに蒐集に努力した。

かかる間に予は大いなる発見をしたのである。それは日本、中国等の美術品が夥しく欧米に搬出されていると云う事実であった。(中略)

此のままにしておけば、遂には東洋美術の精粹は東洋から消え失せて仕舞うということを知ったのである。・・・即ち、単に個人の趣味としてではなく東洋の芸術は此れを東洋、特に日本に保存すべきという精神を堅持するようになった。

かくして予が古代美術の収集に着手してから早くも五十余年の歲月が流れた。その間に世の風潮も一変し、世人も亦漸くこれら美術品の貴重なることを認識するに至り、従って巨資を投ずるに非ずんば優品を得ること困難な時代に状態に立ち至った。併し、予は当初の計画を放棄することなく、一私人としては多大の犠牲を払うことも辞せざりし故に、収蔵の美術品の範囲も漸く広く多方面に及ぶに至ったのである。」

この様に根津の「美術報国」の思想は益々堅固なものとなっていた。根津の転機は明治四二年渋沢栄一を団長とする渡米実業団の一員としてアメリカ旅行に参加してロックフェラーに会った時、彼が多額の金を儲けて、その多くを世の中のために散ずる主義を知って、大いに啓発された。そして途中シカゴ、フィラデルフィアで美術館を訪ねて「美術館」の構想が浮かんだのであろう。

次第に南青山の広大な家屋、庭園を含めて一大美術館構想が出来てきたのであろうと思われる。

根津は昭和一五年に急逝するが趣味の美術収集家としてよりも根

津嘉一郎が実業家として生涯を通じてかかわった企業の数はいくつを越え、一代にして「根津コンツェルン」を築き上げた。

そして、山梨県内に残されている育英事業、社会事業への貢献を拾ってみても昭和八年に当時としては超高価なピアノを県下全小学校寄贈された、小学生の時に教師から「根津ピアノ」の説明を聞いたのを今も覚えている。大正十年には我が国最初の七年制高等学校であった武蔵高等学校を東京練馬区に創設している。現在の武蔵大学である。

前述の笛吹川に架かる根津橋を建設している、立派な橋でコンクリートの橋上は子供の頃は格好の遊び場としていた。

現在の山梨大学工学部、当時、山梨高等工業学校の全敷地を寄贈し、昭和四年には甲府駅前の山梨県立図書館(旧山梨県教育会図書館)を寄贈している、全県下の小学校にはピアノ他ミシンや人体模型の教育機材を寄贈している。

秋の日差しを浴びながら暫くぶりに根津美術館を訪れた、東京南青山の高級住宅地の一角にある美術館は二〇〇九年に現代日本を代表する建築家隈研吾氏の設計で新装され展示は「美しいのち」——日本東洋の花鳥表現——が行われていた。美術館から庭園に出ると、一七、〇〇〇m²の庭園が広がっており、根津の好んだ地形も樹木も自然のまま、開園当初と同じように四棟の茶室とカフェが配置され、この落ち着いたたたずまいの中で、それぞれ憩いのひと時を楽しんでいる。

欧州人の小グループや初老の和装のご婦人の姿もちろはら見受けられた。



日本、花の文化小史

塚場長寿会 諸角 弘

私たちは「花は美しいもの」と疑いなく思っておりますけれど、花は衣食住の生理的な必要が無いため、花への関心、意識すなわち花文化の貧弱な民族があるとのこと。

しかし日本人の花文化は非常に高いとされています。それで花が愛され親しまれるようになった日本の花の歴史を辿ってみようと思います。

本稿は、私が研修施設の野外活動の手伝いをしていたときスライドとして作製したものです。今回これを大縮小して、普通写真に反転して再構成しました。

原始時代の花意識

写真は相模原市寸沢嵐にある縄文遺跡の竪穴住居内の六角形の炉で、水仙の花を模したとされましたが、水仙は後世の渡来ですので、これは縄文人の美意識を讀えるべきものです。



水仙の花の形の炉



岡倉天心は「原始時代の男は恋人に花を捧げたとき獣心を脱した」といつています。土偶の髪や胸飾りに花があればよいのですが、原始時代の人々の花意識の確認は難しいです。

大賀ハス

考古学的に皆無かというところではありません。大賀ハスがあります。

昭和26年、大賀一郎博士は千葉県検見川の二千年前の泥炭層からハスの種三粒を採取、町田市円林寺の慈願住職が譲り受け、その一粒が開花に成功したのです。食用・観賞用は別にして、二千年前の日本にハスの花が咲いていたのは確かです。

記紀に登場する植物

日本人の明確な花意識を知るには古事記や日本書紀によります。

そのほとんどはイネ、アワなどの実用植物で、わずかにサクラ、ツバキなどが登場し、花への意識がわずかに芽生えたといった感じです。

外国の聖書の場合、登場するのは果樹や穀物などの実用植物です。それを上表で示しました。

古典に登場する植物			
古事記・日本書紀		聖書	
植物地	イネ	ブドウ	果樹
	アヲナ	イチジク	
	アサ	オリーブ	
	アワ	ナツメヤシ	
花	ムギ	ザクロ	穀物地
	サクラ	イチジク	
	ツバキ	コムギ	
	ハス	オオムギ	
	モモ	アマ	

古典に見られる植物



古事記におけるモモ

古事記には「イザナミノミコトが黄泉の国から逃げかえる途中、道脇のモモの木の実を取りなげつけたところ、追つてきた雷神が消え去せた」という説話があります。

モモは中国渡来の植物で、靈力のある果物とされていました。現在のモモと違い甘味も果肉も薄い原生的なものだといわれています。

万葉集に登場する植物

奈良時代の初期の八世紀に万葉集が成立します。これには何と一六六種類の植物が登場し、世界の古典中最も多い数です。比較しますと、

○聖書は上位十種のうち九種まで実用植物。

○中国の唐詩選は種類も貧弱でしかも概念的な草・花などの表現。

○万葉集は上位十種すべてが実用植物ではない。ハギ・ススキなどの実名を挙げ、植物に対する直接的な感情を表わしています。

では、万葉集に登場する花々を次にいくつか見てみましょう。



万葉人の大好きなハギ

万葉集で最も多く詠まれたのはハギです。ハギは原生林の植物ではなく人間の手の入った二次林の植物で、当時は開発が盛んでハギは自然破壊と共に住居近辺に現われました。万葉人は身近に出現したハギに親しみを覚えたのでしょう。万葉種のハギの歌の大部分は作者不明ですが、これは多くの民衆に愛されたことを示しています。

秋風は涼しくなりぬ馬並めていざ野に行かな萩の花見に 作者不詳
写真は元県議山下実さんの庭園のシロハギです。

光明皇后とハギの花

上の図は日本画家下村観山の「光明皇后図」です。光明皇后はハギの花を愛したといわれています。下村観山は奈良時代の資料を丹念に調べて、髪型。衣服の形や模様など当時と同じ画像にしたとされています。

ハギの花の優美さや紅をまき散らすような花が秋らしく、秋を代表する花として愛好されたのです。

光明皇后図





ツバキ



ウメ

万葉人に愛好されたウメ

ウメはハギに次いで一一八首収められています。ウメは中国原産で七〜八世紀に日本に渡来、薬用、食用の他に観賞用として栽培され、芳香を放つ花や屈折した枝ぶりが愛好されました。天平二年（七三〇）大伴旅人の邸で梅花の宴（令和改元出典の行事）が開かれ、以後、宮廷貴族の間の流行となりました。

もししきの大宮人は暇あれや梅をかざしてここに集へる 作者不詳

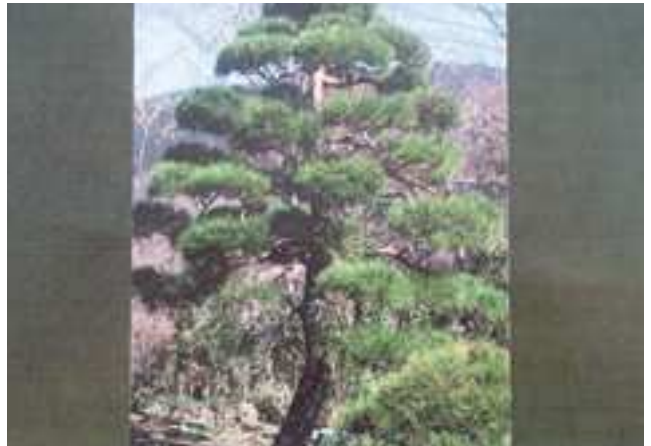
ツバキ・見れども飽かず

ツバキは記紀に続いて万葉集にも多く登場します。「河上のつらつら椿つらつらに見れども飽かず巨勢の春野は」のこの歌の「見れども飽かず」の言葉から、花への美学が進んだことが分かります。また「つらつら」の語は言階的なので宮廷貴族の評判となり、この語を用いて多く詠まれ、次は坂間人足の歌です。ツバキはその華やかさが愛されました。

巨勢山のつらつら椿つらつらに見つつ思はな巨勢の春野を



桃の花



マツ

マツを讃える

日本は松の国といわれるようにマツは日本の風景の一大特色となっています。また松竹梅のようにめでたい樹木としても愛され、万葉集では三位の八一首詠まれています。

次の歌は聖武天皇が松の木の下で宴会を開いたとき、老樹を讃えて詠まれた歌の一つです。

一つ松幾世か経ぬる吹く風の声の清さは年の深みかも 市原王

桃の花

天平勝宝二年（七五〇）三月一日越中国守の大伴家持の詠んだ歌。

春の苑くれなゐ匂ふ桃の花 下照る道に出で立つ乙女

記紀では霊力を持つとされたモモはこの時代になると完全に花として鑑賞されるようになりました。特に華やかさが愛好されました。

大伴家持は生涯に四八〇首の歌を詠みましたが、そのうち花を詠んだのは一三五首、花好きだったようです。写真は、昔、私の家で栽培の桃畑。写っている美人は私の妹です。

カタクリ



可憐なカタクリの花

桃の花の歌を詠んだ翌三月二日、大伴家持は次の歌を詠みます。

もののふの八十乙女らが汲み乱ふ

寺井の上の堅香子の花

堅香子はカタクリのことです。カタクリは百合科の多年草で、初めに二つの葉を出し、やがて可憐な花が咲き、花が終わると地上から姿を消し去るという珍しい植物です。万葉の人々は、花の可憐さやその不思議さに心ひかれたのでしょうか。

ススキの花穂の美しさ

ススキは万葉集に四十三首詠まれています。

ススキは乾いた山野に自生、宿根に茎葉が叢生し大群を形成します。秋には茎の先端にオバナという穂をつけ、その大群生は見応えがあります。これに着眼した万葉の人々の観賞眼はなかなかのものです。

ススキは次の柿本人麻呂の歌ではオバナとして詠まれています。

秋の野の尾花の末の生ひ靡き心は妹に寄りにけるかも



ススキ (オバナ)

ヤマザクラ



万葉人の目にしたサクラ

サクラは四三首詠まれ、満開ばかりでなく落花や夜の闇の中の美しさをも歌にしています。

この時代は園芸種の里桜はなく、人々が目にしたのは山桜だろうとされています。葉と花が同時期に開くのが特徴です。次は山部赤人の歌。

あしびきの山桜花日並べてかく咲きたらばいと恋ひめやも

そして万葉集の植物

○次にヤマブキとスミレ

山吹の吹きたる野辺のつば菫この春の雨に盛りなりけり 高田女王

○次は麦の歌です。

垣越しに麦食む小馬のはつはつに相見し子らしあやに愛しも 未詳

○さらに次の植物も登場します。

柳、馬酔木、藤、百合、女郎花、撫子、蕨、稲、笹、竹……等々。

万葉の時代は花卉園芸は未発達で、自然の花を対象とした花の美学の段階であったといえます。

(参考図書、中尾佐助『花と木の文化史』岩波新書、ほか)

(続)

俳句

コモアシニアクラブ 田代研一

山姫の木陰の下から覗きおり
曼珠沙華とほり過ごして振り返へり
独り酒殺して飲むやちちろ鳴く

コモアシニアクラブ 佐藤 繭子

魅せられて待つも樂しや十三夜
移り住む甲斐で銀杏拾いけり
秋霖^{しゅうりん}や蛇笏^{だこつ}も踏みし松ぼっくり

コモアシニアクラブ 廣井 勝美

夕暮の庭にかなかな絵筆置く
描き終へてワイン傾く秋の宵
この先は墓地へ行く徑ちちろ鳴く

コモアシニアクラブ 山本 婕子

若者の受け継ぐ氣迫里神樂
里祭りひよつとこ踊る神樂堂
懐かしく父のことなど里祭

コモアシニアクラブ 田中 醇治

春浅く父の残り香燕尾服
荒行の僧の水垢離^{ごり}春の便
美男美女皆白頭^{はくとう}で花見かな

コモアシニアクラブ 金子 久雄

緑陰や歩む小道の柔らかく
朝涼^{よみ}の黄泉の国征く綿帽子
寒路落つ日毎脹らむ菊つぼみ

コモアシニアクラブ 今 友子

新一青老会 土屋 澄子

蒲公英の綿は空へと童の吐息
碧天を覆い大樹の八重桜
淋しさの心をつつむ糸桜

コモアシニアクラブ 鈴木 千年

高原の風を包んで落し文
日記書く嬉しきことや初紅葉
山国に遮りなくて星月夜

八米泉会 山 崎 宣 子

柿むいて正月仕度はじめけり
市役所の放送熊の出しを告げ
庭に出し花見る前に落ち葉はき
文化の日八十路最後の花を分け
秋深き思ひをつなぐどの道も

小春日や 足湯につかる バスの旅
極寒の 朝も変らず 米を研ぐ
ものの芽や 白き連山 甲斐信濃
熟年の 句会仲間や 花の昼
息災を 団子に託す どんど焼

新一青老会 中 村 悦 子

元気ですか元気ですよと草しげる
秋夕やけに吸い込まれ行く棚田かな
駿河路や富士を隠して夏の霧
友と飲むお茶の味よし山笑う
から松の梢にさゆる十三夜

新一青老会 安 藤 美津江

赤トンボ オリンピックを 乗せてくる
朗読の 心を謡う 秋の声
お花畑 老いては遠し 故郷も
寂しさは 秋刀魚不漁の 便りかな
なき彼を しのぶごとき 菊の花

島田桂生会 安藤 久

夢語る子の声凜と卒業す
築垣の罅に今年も百合の花
来し方に悔いもそこそこ冷や奴
夕陽射す玻璃に手を揉む秋の蠅
飼猫の故居にまろまる霜の朝

島田桂生会 小 俣 多鶴子

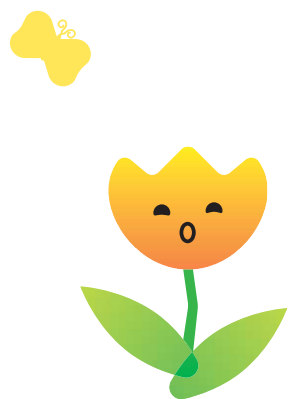
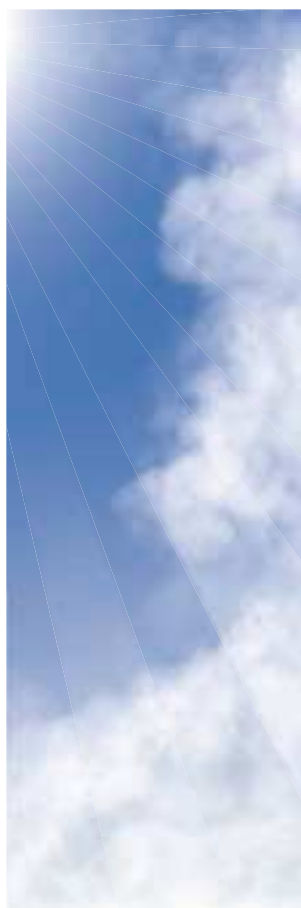
朝ぐもり朝顔嬉嬉と咲きいたり
起きぬけの廁の水も秋めけり
手にのせて種たしかめて大根まく
風つよく糸瓜の蔓のさだまらず
甲斐嶺に白雲わきて梅雨晴間

沢松親和会 尾 形 富美子

春雨や庭の苔石濃くしたり
「春ですな」マニキュア一寸としたくなり
蝉時雨寡^{かもく}黙な里を一人じめ
夕映えや遠くに筑波長停車
山峡の畦に連なる彼岸花

沢松親和会 小 俣 キヌ子

令和迎え初夏の市役所靴の音
逝きし人笑顔残して天清和
戴きし衣裳の重み夏舞台
園庭も園児の歌もチューリップ
遠き日の教え子と会う冬山路



川柳

沢松親和会 小俣庄三

梅窓べにて狩りするトカゲ見つけたり
こん畜生飯むししパンをトンビめに
どうしたの梅雨まだないにもう熱低
温暖化か酷暑豪雨と暴風も
舞い姿しのびよる老感じとり

大目豊明会 高野孝子

プチ贅沢ビストロレスカフェドア開ける



短歌

桐原明老会 川上米子

く九十歳の日々く

ホームにて 誕生祝う百才の
老婆の顔見て 後に続こう

二週間 来ない娘を待ちわびる
土産は五色の アネモネの鉢

苗作り 赤子育てる親心

今日より明日と変わるが楽し

待望の 雨は嬉しや

野山まで 両手を広げ雨受け止める

取りたての 小ぶりのきゅうり
みそ付けて朝の食卓音立てて食う

新一青老会

波多野 千江子

集会所花壇に微笑む三色堇

お訪う人に愛でられており

師の美声^{ぬく}温もる教室に広がりて

春の疾風^{はやて}が窓打ち手過ぐ

広き田圃今年は休耕田となり

お使い散歩淋しく見渡す

夏休み外孫ひ孫訪い来る

手洗いうがい済ませて握手

遠花火ホテルの窓辺に仰ぎ見つ

姉妹旅行の話は弾む



小沢寿会

森川 耀雄（明雄）

（昭和25年度よみうり地方文芸賞優勝作品）

甲斐路なる 島田湖畔の若草の

なかにし君を訪う日 近づく

（青春時代のより二首）

籠坂の 峠で君と別れしこと

秋雨^{あきさめ}けふる日に想い出づ

わびしさに 憶^{おも}いは遠く 蝉しぐれ

夜ごとに泣くは 恋ゆえなのか



詩

むかし話

新井陽亀会

奈良俊治

一、対象生まれの 終期高齢

人生強く 生きたれぞ

五体は衰微 惚^ぼけ老人

されど昔の 記憶は鮮明

二、少年時代は 軍国日本

物資欠乏 貧困生活

子供は多く 大家族

隣組所の 助け合い

三、大戦始まり 男は軍隊

我も少年 志願兵

国民大同 団結し

勝利を期して 戦えり

四、やがて日本は 敗れたり

野山を開拓 食糧増産

艱難^{かんなん}辛苦を 乗り越えて

日本の復興 築きたり

五、青年団や 自主団体

各地に結成 団結す

平和で豊かな 郷土を目指し

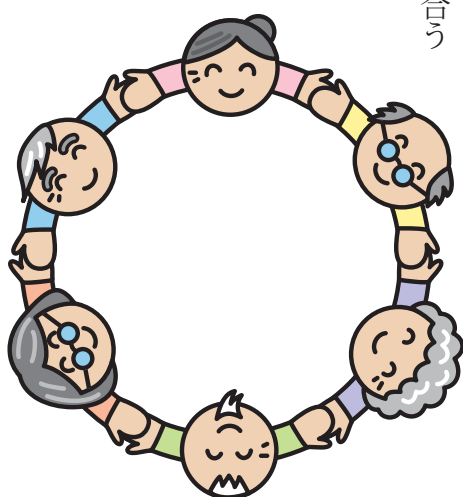
明日の日本を 背負い立つ

六、新井の老人 陽亀会

結成以来 五十年

各種事業や 集会重ね

生きる幸せ 分かち合う



いきいき百歳体操の歌

作詞／作曲：黒川幸子



歌

沢松親和会

市川幸子

歌謡詩

牛倉神社 祭り歌

本一寿楽会

黒川良人

一、人寄せ花火が ドドーンと響きや

牛倉神社の 例大祭だ

揃い法被の 若衆が担ぐ

神輿の祭典 晴れやかに

オイサ ホイサー

神様よろこぶ 勇壮練りだ

※景気をつける 盛り上がれ

ソーレ ソレソレ 牛倉祭りだ 秋祭り

二、志ん若本若 二つの山車の

自慢の競演 ひよっとこおかめ

笛や太鼓の 囃子に乗って

獅子舞狐も 踊り出す

テテン ピーヒャラ

浮かれる音色に 心も弾む

※繰り返し

三、賑わう境内 出店が並ぶ

行き交う人たち 溢れる笑顔

和気あいあいの 仲間が集う

カラオケ大会 歌上手

イイゾ イイジャン

衣装と仕草に 掛け声拍手

※繰り返し

●●元気やまなし10か条●●

山梨県では、高齢者が元気でいきいきと活躍する「健康長寿やまなし」の実現に向けた取り組みを推進しています。
みんなで介護予防に取り組みましょう。

健康長寿の秘訣について、わかりやすくまとめた「元気やまなし10か条」を紹介するじゃんね！



げん

元気に長生きするには
(げんきやまなしけんこうちようじゅ)

第一条

き

気心の知れた人との交流で
社会的ネットワークは健康長寿の大切な条件です。

第二条

や

役割や興味をもって生き生きと
家庭や地域での役割や趣味を持つことで生きがいを持ちましょう。

第三条

ま

学んで脳に刺激を与え
メリハリのある生活で認知症の予防をしましょう。

第四条

な

何でも、いつでも、相談し
かかりつけ医や保健師などの専門家の支援で心と体の健康を保ちましょう。

第五条

し

食生活、ゆつくりしっかり食べること
伝統的な食文化を大切にして、食生活を楽しみましょう。

第六条

けん

煙はごめんと縁を切り
禁煙や受動喫煙の防止は生活習慣病予防に効果的です。

第七条

こ

転ばぬ先のリハビリテーション
転倒予防や安全対策で骨折などの事故を防ぎましょう。

第八条

う

運動を続けて貯筋を増やし
体力をつけて外に出ることで、閉じこもりを防止しましょう。

第九条

ちよう

地域のつながり大切に
みんなで支え合う、活気ある街づくりは健康長寿の基本です。

第十条

じゅ

自分の体をチェックして健康長寿をめざしましょう
健診を受けて自分の健康状態を知り、適切な対応を取りましょう。

令和二年度「むろがや」

第三十八号

投稿のお願い

内 容

(1) 体験談、意見、感想、随想など

お一人一点

(2) 詩、短歌、俳句、川柳など

お一人五点以内

原稿締切 令和二年十一月末

提出先 各単位クラブ会長

むろがや 第三十七号

令和二年三月三十一日発行

発行者 上野原市老人クラブ連合会

上野原市上野原三一六三

むろがや編集委員

市川武士 島田桂生会

杉本 茂 秋山高齢者クラブ

牧野伸吾 甲東きずな会

横瀬礼子 にしばら錦会

長坂幸夫 原明朗会

井上正路 原明朗会

井本克二 島田桂生会

長田勇一 新一青老会

事務局：清水靖夫事務局長・岡部真弥

印刷所 カヤマ印刷

老人健康十則

小 小 小 小 小 小 小 小 小 小
欲 言 怒 煩 車 衣 食 糖 塩 肉
多 多 多 多 多 多 多 多 多 多
施 行 笑 眠 歩 陽 齟 果 酢 菜

「むろがや」について

上野原市の老人クラブ連合会誌「むろがや」とは、岩波の『古語辞典』に「むろがやの生えている意か。また、地名『都留』にかかる枕詞か、また、地名か。『―の都留の堤の』（万三五四三東歌）とあり、古典文学全集巻四『万葉集』三五四三番に

室草の都留の堤の成りぬがに

見ろは言へども いまだ寝なくに

の一首があり、その大意は「都留川の堤の出来あがったように、二人の仲はすでに出来たかの如く、あの子は言うけれど、また共寝をしたわけではない」とあります。私は旧制中学国語の先生から「都留の枕詞」と教えられたことを、今も記憶しております。

* 「むろがや」の意味についての問い合わせを多数いただきましたので、「むろがや」第十六号に掲載されておりました故降矢敬雄氏の原稿を再掲させていただきます。



みんなが あいを育つ うえのはら

上野原市社会福祉協議会 基本理念